

KELEKATAN DAN INTIMASI PADA DEWASA AWAL

*Handini Agusdwitanti¹
Siti Marliah Tambunan²
Retnaningsih³*

*^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok, 16424, Jawa Barat
³retnaningsih01yahoo.com*

Abstrak

Kelekatan adalah ikatan emosional yang mendalam antara satu individu dengan yang lain, yang dapat memberikan rasa aman, tergantung dari kualitas hubungan tersebut. Berdasarkan kualitas hubungan tersebut terbentuk internal working model yang bertahan sepanjang waktu dan dapat mempengaruhi hubungan dengan pasangan romantic individu tersebut, di masa dewasa yang berkaitan dengan intimacy. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan dengan intimacy pada dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah pria dan wanita yang berada pada rentang usia 20 tahun sampai dengan 40 tahun dan sedang menjalin hubungan, baik yang sedang berpacaran maupun yang sudah menikah. Subyek berjumlah 75 orang. Alat ukur yang digunakan adalah skala kelekatan dan skala intimacy. Dari hasil analisis data diketahui ada hubungan yang signifikan antara kelekatan dengan intimacy pada dewasa awal.

Kata Kunci: *Kelekatan, Intimacy, Dewasa awal*

ATTACHMENT AND INTIMACY IN YOUNG ADULTS

Abstract

Attachment is deep emotional bond between individuals which can provide security, depending on the quality of the relationship. Based on the quality of relationship, individuals will develop an internal working model that can last throughout a lifetime and will likely to affect intimate relationships that they will have with romantic partners during adulthood. The goal of this quantitative research was to investigate the relationship between attachment and intimacy in young adults. Seventy five subjects participated in the research, consisted of men and women between the ages of 20 to 40 years old, who were in a relationship, varying from dating to marriage. The instruments of this research were attachment scale and intimacy scale. The research shows there is a significant relationship between attachment and intimacy in young adults.

Keywords: *Attachment, Intimacy, Young adulthood*

PENDAHULUAN

Setiap manusia dalam kehidupannya pasti menjalani tahapan perkembangan,

salah satu tahap perkembangan tersebut adalah masa dewasa awal. Menurut Papalia, Old, dan Feldman (2008), masa dewasa awal (*young adulthood*) berkisar antara usia

20 sampai dengan 40 tahun. Salah satu tugas perkembangan yang penting bagi dewasa awal adalah menjalin hubungan intim. Menurut Erikson (dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008) tugas perkembangan dewasa awal untuk menjalin hubungan intim berkaitan dengan krisis *intimacy vs isolation*. Pada tahap dewasa awal ini, individu berusaha memperoleh intimasi yang dapat diwujudkan melalui komitmen terhadap suatu hubungan dengan orang lain, baik dalam hubungan pacaran atau menikah. Bila seorang dewasa awal tidak mampu membentuk komitmen tersebut, ia akan merasa terisolasi dan *self-absorbed*.

Intimasi adalah pengalaman yang ditandai oleh adanya kedekatan, kehangatan dan komunikasi yang mungkin disertai atau tanpa melibatkan kontak seksual (Rosenbluth & Steil, dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008). Seseorang akan menjadi lebih intim, selama ada keterbukaan, saling responsif pada kebutuhan satu sama lain, serta adanya penerimaan dan penghargaan yang saling menguntungkan (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Keintiman juga meliputi kebutuhan untuk membentuk hubungan bagi tingkah laku manusia dan rasa memiliki (*sense of belonging*). Intimasi dengan lawan jenis umumnya terjadi dalam konteks berpacaran dan pernikahan, dan untuk mempertahankan hubungan yang baik dengan teman dan pasangan serta mendapatkan kepuasan dalam menjalankan hubungan romantis, setiap individu memerlukan intimasi.

Intimasi dalam sebuah hubungan, baik dalam hubungan berpacaran dan pernikahan sangat diperlukan, karena pada dasarnya hubungan romantis melibatkan kedekatan dan ketergantungan antara pasangan. Intimasi bagi pasangan sangat bermanfaat untuk melakukan komunikasi dan menghindari tingkat kesalahpahaman antara mereka berdua. Seperti yang terjadi di Pangkalan Bun, Kabupaten Kotawaringin Barat, Kalimantan Tengah, mencatat sekitar 123 kasus dari 247 kasus perceraian di wilayah itu selama tahun 2009. Penyebab utama retaknya hubungan dalam keluarga ber-

macam-macam, karena perkecokan internal, kurangnya komunikasi diantara pasangan, tidak ada tanggung jawab, perselingkuhan, ataupun prasangka buruk dengan pasangan (Kompas.com, 2011).

Suami atau istri yang menjalin intimasi akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri sepanjang kehidupan pernikahannya, termasuk menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan kritis yang terjadi. Intimasi di awal-awal pernikahan dapat menjadi landasan yang kuat untuk menjalani kehidupan pernikahan selanjutnya. Hal tersebut sesuai dengan pandangan Erickson (dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008) bahwa intimasi yang dibawa sejak masa awal pernikahan memberikan kemampuan mendasar untuk dapat menghadapi tantangan selanjutnya. Jika pasangan berhasil melewati tahap pertama dengan baik, maka kemungkinan mereka akan melewati tahap berikutnya dengan mulus pula. Namun, jika tahap awal tak dapat dilewati dengan baik, maka tahap selanjutnya akan menimbulkan masalah yang lebih parah. Meskipun intimasi penting dalam suatu hubungan, namun pada kenyataannya tidak semua orang dapat menjalin hubungan intimasi yang baik dengan orang lain atau pasangan romantis mereka. Hal ini bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti yang disebutkan oleh Cox (1978) yang mengatakan bahwa intimasi dapat dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu, kecemasan akan identitas diri, ketakutan akan terungkapnya kelemahan, membawa kekesalan atau dendam masa lalu ke masa kini, konflik masa kecil yang tidak terselesaikan, ketakutan akan mengungkapkan perasaan yang tidak nyaman bagi dirinya. Salah satu pengalaman masa lalu yang kemungkinan menentukan kemampuan individu dalam menjalin intimasi adalah kualitas kelekatan yang terbentuk pada masa kecil.

Ainsworth (dalam Belsky, 1998) menyatakan kelekatan adalah suatu hubungan emosional atau hubungan yang bersifat afektif antara satu individu dengan individu lainnya yang mempunyai arti khusus. Hubungan yang dibina akan

bertahan cukup lama dan memberikan rasa aman walaupun figur lekat tidak tampak dalam pandangan anak. Sebagian besar anak telah membentuk kelekatan dengan pengasuh utama (*primary care giver*) pada usia sekitar delapan bulan dengan proporsi 50% pada ibu, 33% pada ayah dan sisanya pada orang lain. Kelekatan bukanlah ikatan yang terjadi secara alamiah. Ada serangkaian proses yang harus dilalui untuk membentuk kelekatan tersebut.

Berdasarkan kualitas hubungan anak dengan pengasuh, maka anak akan mengembangkan konstruksi mental atau *internal working model* mengenai diri dan orang lain yang akan menjadi mekanisme penilaian terhadap penerimaan lingkungan (Bowlby dalam Pramana, 1996). Anak yang merasa yakin terhadap penerimaan lingkungan akan mengembangkan kelekatan yang aman dengan figur lekatnya (*secure attachment*) dan mengembangkan rasa percaya tidak saja pada ibu juga pada lingkungan. Hal ini akan membawa pengaruh positif dalam proses perkembangannya pada masa remaja dan dewasa. Beberapa penelitian membuktikan bahwa anak yang memiliki *secure attachment* akan menunjukkan interaksi sosial yang baik pada masa kanak-kanak (Both dkk. dalam Parker dkk., 1995) serta lebih populer dikalangan teman sebayanya (La Freniere dan Sroufe dalam Cicchetti & Linch, 1995). Mereka juga lebih mampu membina hubungan yang intens, interaksi yang harmonis, lebih responsif dan tidak mendominasi (Parke dan Waters dalam Parker dkk., 1995).

Sebaliknya pengasuh yang tidak menyenangkan akan membuat anak tidak percaya dan mengembangkan *insecure attachment* (Sroufe dalam Cicchetti & Linch, 1995). *Insecure attachment* dapat membuat anak mengalami berbagai permasalahan yang disebut dengan gangguan kelekatan (*attachment disorder*). *Attachment disorder* terjadi karena anak gagal membentuk kelekatan yang aman dengan figur lekatnya, mereka mendapatkan perawatan yang tidak konsisten, kasar atau lalai

sehingga nantinya mereka menjadi tidak percaya diri, tidak percaya kepada orang lain, menolak untuk mengikuti aturan bertingkah laku, mengasingkan diri (*isolating*) dan perhatian hanya terarah pada diri sendiri. Hal ini akan membuat anak mengalami masalah dalam hubungan sosialnya (Bowlby dalam Santrock, 2002). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengalami gangguan kelekatan memiliki orang tua yang juga mengalami masalah yang sama dimasa kecilnya. Hal ini menjadi sebuah lingkaran yang tidak akan terputus bila tidak dilakukan.

Orang tua mungkin telah terlibat dalam pengalaman emosional, dan peristiwa traumatis sebelumnya yang mereka alami dan akan membentuk representasi *internal working model* mereka. Main dkk. (1995) menyatakan bahwa *internal working model* yang dikembangkan pada masa bayi berpengaruh untuk individu pada masa depannya. Menurut Miller, Pearlman, dan Brehm (2007) cara seseorang untuk memulai hubungan yang dekat dengan pasangannya, sebagaimana pandangan mereka terhadap cinta, dapat menjadi suatu refleksi dari perkembangan personalnya. Oleh karena itu kualitas kelekatan dengan orangtua, dapat mempengaruhi hubungan dengan pasangan romantis mereka (Hazan & Shaver dalam Duffy & Atwater, 2005).

Berkaitan dengan intimasi pada pasangan dalam hubungan romantis dengan seseorang, diperkirakan seseorang yang memiliki *secure attachment* dengan ciri-ciri dapat berinteraksi sosial dengan baik pada masa kanak-kanak serta lebih populer dikalangan teman sebayanya, mereka juga lebih mampu membina hubungan yang *intens*, interaksi yang harmonis, lebih responsif dan tidak mendominasi, maka akan memiliki intimasi yang baik dengan pasangannya. Pertanyaan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kelekatan dengan intimasi pada dewasa awal?

METODE PENELITIAN

Subyek dalam penelitian ini adalah pria dan wanita yang berusia 20-40 tahun dan memiliki pasangan, baik yang sedang berpacaran maupun yang sudah menikah.

Guna mengukur kelekatan digunakan Skala kelekatan yang merupakan adaptasi dari *Adult Attachment Scale (AAS)* yang dikembangkan oleh Hazan dan Shaver (1987). Item disusun berdasarkan dimensi dari kelekatan yang meliputi, ketergantungan yaitu sejauh mana orang percaya dan bergantung pada ketersediaan orang lain, kecemasan yaitu tingkat kecemasan dalam hubungan ini, seperti takut ditinggalkan atau tidak dicintai, dan kedekatan, yaitu tingkat kenyamanan individu dengan kedekatan dan keintiman. Skor bergerak dari 1 sampai dengan 5. Skala kelekatan terdiri dari 13 item dengan reliabilitas sebesar 0.770.

Skala intimasi disusun oleh penulis berdasarkan komponen-komponen intimasi menurut Olson (dalam Schaefer & Olson, 1983) yaitu keintiman emosional, keintiman seksual, keintiman intelektual, keintiman rekreasional, dan keintiman sosial. Skor bergerak dari 1 sampai dengan 5. Skala

intimacy terdiri dari 31 item dengan skor reliabilitas sebesar 0.886. Sementara itu, untuk menguji hubungan antara kelekatan dengan intimasi, digunakan teknik analisis korelasi *product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data diketahui ada hubungan yang signifikan antara kelekatan dengan intimasi pada dewasa awal dengan skor korelasi sebesar 0.261 ($p < 0.05$). Hal ini kemungkinan dikarenakan hubungan yang baik dengan pengasuhnya di waktu kecil dapat membantu dewasa awal menjalin hubungan yang lebih baik dengan pasangannya. Seperti yang dijelaskan oleh Bowlby (1988) bahwa kecenderungan untuk membentuk ikatan emosional yang intim pada individu-individu tertentu, dianggap sebagai komponen dasar dari sifat manusia dan terus berlanjut sampai kehidupan dewasa bahkan sampai usia tua. Demikian pula sesuai dengan hasil penelitian Hazan dan Shaeffer (1987) ditemukan bahwa kelekatan saat kecil berkaitan dengan hubungan romantis yang terjalin pada masa dewasa.

Tabel 1. Perbandingan Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Skala	ME (Mean Empirik)	MH (Mean Hipotetik)	Std. Deviasi
Intimasi	122,65	93	20,66
Kelekatan	47,20	42	9,3

Berdasarkan perbandingan *mean* empirik dan *mean* hipotetik skala kelekatan di atas menunjukkan bahwa *mean* empirik lebih besar dari *mean* hipotetik +1SD. Hal ini berarti bahwa secara umum subjek dalam penelitian ini memiliki kelekatan yang tergolong sedang. Tingginya kelekatan kemungkinan dapat dikarenakan dewasa awal memiliki ikatan emosional yang baik dengan pengasuhnya di masa kecil, ikatan emosional yang baik dapat terjadi karena adanya kepuasan anak terhadap pengasuhnya, misalnya setiap kali seorang anak membutuhkan sesuatu maka pengasuhnya mampu dan siap untuk memenuhinya (Baradja, 2005). Bowlby (1988) mengatakan bahwa keleka-

tan merupakan suatu ikatan emosional yang dialami oleh anak yang terbentuk pada masa awal kehidupan dan diyakini memiliki dampak jangka panjang bagi individu yang bersangkutan dan ini akan terus berkembang sepanjang hidupnya, juga di usia dewasa awal. Hal ini serupa dengan yang dikemukakan oleh Erikson (dalam Lemme, 1995) yang mengatakan bahwa pengalaman kelekatan di masa kecil memberikan dampak jangka panjang pada hubungan interpersonal.

Demikian pula berdasarkan perbandingan *mean* empirik dan *mean* hipotetik skala intimasi di atas menunjukkan bahwa *mean* empirik lebih besar dari *mean* hipotetik +1SD. Hal ini berarti bahwa secara

umum subjek dalam penelitian ini memiliki intimasi yang tergolong tinggi. Hal ini kemungkinan dikarenakan adanya kedekatan satu sama lain, perasaan saling percaya, terbuka dan saling berbagi dalam suatu hubungan dan adanya dukungan yang diberikan dalam hubungan tersebut. Adanya saling keterbukaan diri diantara pasangan, membuat Individu merasa aman dan dekat satu dengan yang lain hingga dapat berbagi rasa mengenai masalah yang berkaitan dengan masalah intelektual, fisik, atau

seksual, dan emosional (Biddle dalam Cox, 1978). Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Erikson (dalam Kroger, 2000) menyebutkan intimasi berasal dari bahasa latin *intimus* yang artinya terdalam, intimasi mengacu pada perasaan saling percaya, terbuka dan saling berbagi dalam suatu hubungan. Intimasi merupakan emosi yang membuat individu merasa lebih dekat satu sama lain, emosi-emosi tersebut seperti menghargai, afeksi dan saling memberikan dukungan (Shaver & Clark, 1994).

Tabel 2. Deskripsi Subjek Penelitian

Tabel 2. Deskripsi Subjek Penelitian						
No	Deskripsi Subjek Penelitian		Jumlah	Presentase	Mean Intimasi	Mean Kelekatan
1	Jenis Kelamin	Pria	28	37.3%	111.89	47.36
		Wanita	47	62.7%	115.68	47.11
2	Usia	20 tahun	1	1.3%	139	54
		21 tahun	18	24%	121,22	45.50
		22 tahun	29	38.7%	123.41	48.48
		23 tahun	14	18.7%	125.53	44.07
		24 tahun	7	9.3%	117.67	50.17
		25 tahun	4	5.3%	116.50	49.25
		30 tahun	1	1.3 %	120	46
		31 tahun	1	1.3%	124	56
		3	Status	Menikah	2	2.7%
Berpacaran	73			97.3%	122.67	47.10
4	Lama Menjalani Hubungan	< 1 Tahun	30	40%	123.03	48
		>1 Tahun	45	60%	120.88	46.60
Total			75	100%		

Berdasarkan jenis kelamin subjek diketahui bahwa wanita memiliki intimasi yang lebih tinggi dari pria, dimana wanita lebih bisa mengekspresikan perasaan, lebih terbuka kepada orang lain. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Kroger (2000) yaitu keintiman adalah proses di mana seseorang mengkomunikasikan perasaan-perasaan dan informasi yang penting mengenai dirinya kepada orang lain melalui sebuah proses keterbukaan diri.

Sedangkan berdasarkan usia subjek, kelompok usia 20 tahun memiliki intimasi yang lebih tinggi dibandingkan subjek kelompok usia lainnya. Dikarenakan pada usia 20 tahun adalah awal seseorang memasuki dewasa awal, di mana mereka baru memulai menjalani hubungan yang

lebih serius, sehingga keintiman terjalin lebih erat. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh (Kroger, 2000) pada masa dewasa awal sebagian orang akan memilih pasangan hidup, belajar untuk hidup bersama pasangannya dengan cara yang intim dan mulai hidup berkeluarga juga mengasuh anak.

Berdasarkan status subjek diketahui bahwa mereka yang berstatus berpacaran memiliki tingkat intimasi yang lebih tinggi dibandingkan yang menikah. Dikarenakan pada saat berpacaran individu memiliki rasa pengharapan yang tinggi terhadap status hubungan yang lebih serius lagi, sehingga timbul keintiman yang lebih erat dibandingkan dengan mereka yang menikah dan sudah memiliki kejelasan status hubungan

mereka. Hal ini seperti yang di kemukakan oleh Reiss (dalam Santrock, 2002) pacaran adalah hubungan antara pria dan wanita yang diwarnai intimasi. Pacaran merupakan proses pengenalan antara dua insan manusia yang biasanya berada dalam rangkaian tahap pencarian kecocokan menuju kehidupan berkeluarga yang dikenal dengan pernikahan. Ada beberapa karakteristik dari hubungan ini, yaitu perilaku yang saling bergantung satu dan lainnya, interaksi yang berulang, kedekatan emosional, dan kebutuhan untuk saling mengisi. Salah satu karakteristik dari pacaran yaitu adanya intimasi secara fisik. Intimasi tersebut meliputi berbagai tingkah laku tertentu, seperti berpegangan tangan, berciuman, dan berbagai interaksi perilaku seksual lainnya (Papalia, Old, & Feldman, 2008).

Selanjutnya berdasarkan lama menjalin hubungan subjek dalam penelitian ini diketahui bahwa mereka yang menjalin hubungan kurang dari 1 tahun memiliki intimasi yang lebih tinggi dibandingkan yang lainnya. Hal ini kemungkinan dikarenakan mereka ingin mengenal pasangannya jauh lebih dalam sehingga mereka selalu ingin bersama dalam melakukan berbagai kegiatan. Hal ini sesuai dengan salah satu faktor intimasi, dimana pasangan sedang melalui masa adaptasi, adaptasi disini lebih ditekankan pentingnya berkomunikasi secara efektif, yaitu kemampuan untuk mendengarkan secara aktif dan memberikan respon dengan cara yang tidak mengadili. Hal ini akan menciptakan rasa saling percaya dan penerimaan pada pasangan (Atwater, 1983).

Untuk kelekatan, berdasarkan jenis kelamin subjek diketahui bahwa pria memiliki tingkat kelekatan lebih tinggi dari wanita. Hal ini kemungkinan dikarenakan figur kelekatan identik dengan seorang ibu dimana seorang pria ingin mendapatkan pasangan seperti figur kekatannya.

Berdasarkan status subjek diketahui bahwa mereka yang berstatus menikah memiliki tingkat kelekatan yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang pacaran. Hal itu dimungkinkan orang yang menikah telah memiliki kejelasan status mereka sebagai

suami istri membuat mereka lebih berkomitmen dan lebih lekat sama lain.

Selanjutnya berdasarkan lama menjalin hubungan subjek dalam penelitian ini diketahui bahwa mereka yang menjalin hubungan kurang dari 1 tahun memiliki kelekatan yang lebih tinggi dibandingkan yang lainnya. Hal ini dikarenakan hubungan yang baru terjalin, intensitas pertemuan dan kedekatannya lebih tinggi, sehingga individu menemukan kenyamanan dengan pasangannya dan memiliki harapan yang tinggi terhadap masa depan hubungan mereka selanjutnya.

SIMPULAN

Kelekatan diperlukan agar intimasi dapat terjalin lebih erat. Hal ini perlu ditekankan pada individu dalam menjalin relasi tanpa batasan waktu kebersamaan sejak awal bertemu. Artinya, dengan kelekatan yang erat individu dapat memiliki intimasi di awal hubungan dan bahkan saat hubungan sudah lama terjalin.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale: Erlbaum.
- Atwater, E. (1983). *Psychology of adjusment, 2nd Edition*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Belsky, J. (1988). *Infancy, childhood and adolescence: Clinical implication of attachment*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate
- Baradja, A. (2005). *Psikologi perkembangan: Tahapan-tahapan dan aspek-aspeknya*. Jakarta: Studia Press.
- Bowlby, J. (1998). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Cicchetti, D., & Linch, M. (1995). Failure in expectable environment and their impact on individual development: The case of child maltreatment. Dalam Cicchetti, D & Cohen, D.J. (Eds.),

- Developmental Psychopatology Volume 2. Risk Disorder and Adaptation.* New York: John Willey and Sons Inc.
- Cox, F.D. (1978). *Human intimacy, marriage, the family and it's meaning.* Minnesata: West Publishing, Co.
- Duffy, K.G., & Atwater, E. (2002). *Psychology for living: Adjustment, growth and behavior today.* New Jersey: Prentice Hall.
- Hazan, C., & Shaver. P. (1987). *Romantic love conceptualized as an attachment process.* www. Psych. Nwu. edu/ coriat/ Love.htm.
- Lemme, B. (1995). *Development in adulthood* (2nd ed). New York: McGraw-Hill.
- Main, M. (2002). *The history of attachment. Paper presented at "Attachment from Early Childhood Through the Lifespan.* Los Angeles, CA.
- Miller, R., Perlman, R., & Brehm, S. (2006). *Intimate relationships.* New York: McGraw-Hill.
- Parker, J.G., Rubin, K.H., Price, J.M., & DeRosier, E.M., (1995). Child development and adjustment: A developmental Psychology Perspective dalam Cicchetti, D. & Cohen, D.J. *Developmental Psychopatology Volume 2. Risk Disorder and Adaptation.* New York: John Willey and Sons Inc.
- Papalia, Old, & Feldman.(2008). *Human development.* New York: McGraw-Hill.
- Pramana, W, (1996). The utility of theories of parenting, attachment, stress and stigma in predicting adjustment to illness. *Desertasi* (tidak diterbitkan). Queensland: Departement of Psychology the University of Queensland.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development.* Alih Bahasa: Juda Damanik & Achmad Chusain. Jakarta: Erlangga.
- Schaefer, M.T., & Olson, D.H. (1983). *Student's years book.* London: Sage Publication.
- Shaver, P.R., & Clark, C.L. (1994). The psychodynamics of adult romantic attachment. In J. M. Masling & R. F. Bornstein (Eds.), *Empirical perspectives on object relations theories* (pp. 105–156). Washington, DC: American Psychological Association.